

La côte de Granit Rose et l'île de Bréhat - Accompagnée itinérant



PRESENTATION

Séjour rando en hôtel 2** et 3***

7 jours - 6 nuits - 5 jours de rando

La Côte de Granit Rose, l'une des plus belles côtes de France, offre un paysage insolite de chaos granitiques aux formes étranges. Vous bénéficierez de ce spectacle en cheminant le long des sentiers côtiers de Trégastel, Ploumanac'h, Perros Guirec, sans oublier à l'intérieur la célèbre vallée de Traouïero. Après une excursion vers l'archipel des Sept-Îles, 1ère réserve ornithologique de Bretagne, vous découvrirez à la Pointe du Château (maison entre les rochers) d'autres formes de rochers aussi étonnantes. Balades dans l'archipel de Bréhat, l'île aux fleurs.

PROGRAMME

Jour 1 : Lannion - Kérenoc

Rendez-vous à 18h15 à la gare de Lannion. Transfert de la gare à votre hébergement à Kérenoc. Installation à l'hôtel pour quatre nuits. Accueil et présentation du séjour par votre accompagnateur. Dîner à l'hôtel.

Jour 2 : L'île Grande

Reliée au continent par un petit pont de pierre, l'île Grande vous dévoilera sa nature préservée, ses dunes, ses belles plages et ses îlots qui l'entoure. L'île Grande est notamment connue pour abriter la Ligue de Protection des Oiseaux (LPO).

Après avoir effectué le tour de l'île, incursion dans les terres en passant par le menhir christianisé de Saint-Uzec et le bocage Trégorois.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h à 4h30 de marche effective - Montée 150 m - Descente 150 m

Jour 3 : De Trégastel à Ploumanac'h et la vallée des Traouïero

Découverte des incomparables chaos de rochers roses entre la presqu'île de Trégastel et Ploumanac'h, autrefois hameau de pêcheurs, puis passage par la vallée des Traouïero.

Ces amas de rochers roses à Trégastel en bord de mer et dans la vallée des Traouïero à l'intérieur des terres au milieu des habitations sont particulièrement insolites.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h à 4h30 de marche effective - Montée 100 m - Descente 100 m

Jour 4 : Excursion sur les 7 îles et chaos granitiques

Excursion* vers l'archipel des Sept-îles, royaume incontesté des oiseaux marins, avec ou sans escale à

l'île-aux-Moines.

En suivant le sentier douanier de Ploumanac'h à la plage de Trestraou, vous serez au coeur du site des « rochers roses » passant par l'oratoire de St-Guirec.

*L'excursion, soumise aux conditions météorologiques, ne permet pas toujours une escale et peut être annulée à tout moment et sera remplacée par une randonnée sur le littoral.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h à 4h30 de marche effective - Montée 150 m - Descente 150 m

Jour 5 : La pointe du château et sa fameuse maison entre les rochers

Randonnée le long de la côte sauvage vers la pointe du Château et son imposante masse rocheuse s'enfonçant dans la mer jusqu'à Port Blanc, petit village de charme.

Transfert à Paimpol et nuit sur le port. Installation à l'hôtel pour deux nuits.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h à 4h30 de marche effective - Montée 200 m - Descente 200 m

Jour 6 : L'île de Bréhat, l'île aux fleurs

Excursion sur l'île de Bréhat. Le spectacle de la mer autour de ses multiples presqu'îles ne manquera pas de vous séduire. Cette île de granit rose-orangé jouit d'un climat doux toute l'année.

A marée haute, l'île est divisée en deux parties, simplement reliées entre elles par le petit pont Vauban.

A marée basse, se découvrent un nombre incroyable d'îlots.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h à 4h30 de marche effective - Montée 150 m - Descente 150 m

Jour 7 : Fin du séjour à Paimpol (ou Kéréroc)

Fin du séjour à Paimpol après le petit-déjeuner, pour les participants en train (la gare de Paimpol se situe à 400m de l'hôtel). Transfert à Kéréroc pour les participants ayant laissé leur véhicule à l'hôtel du

début. Fin du séjour vers 10h30 environ à Kérénoc.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Nos accompagnateurs feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Accueil : Le dimanche à 18h15 à la gare SNCF de Lannion

Arrivée en train

Aller

TGV Paris Montparnasse - Plouaret-Trégor (sur la ligne Paris-Brest) puis correspondance en TER pour Lannion :

Horaires et réservations SNCF : 36 35 <https://www.sncf-connect.com/>

Accès à l'hôtel IBIS : à pied (2 mn). Depuis la gare SNCF, remonter l'Avenue du Général De Gaulle sur 150m. L'hôtel est au n°30 de cette même avenue.

TER Lannion - Plouaret-Trégor en milieu d'après-midi puis correspondance en TGV pour Paris Montparnasse.

Horaires et réservations SNCF : 36 35 <https://www.sncf-connect.com/>

TRANSPORTS PUBLICS :

Consulter le site des transports collectifs en Bretagne www.breizhgo.com. Ce site vous facilite le voyage dans toute la région, d'un réseau à l'autre. Il vous permet de calculer vos itinéraires dans toute la Bretagne en transport collectif (train bus, car, etc...)

Arrivée en voiture

EN VOITURE:

Itinéraire :

De Paris : A11-A81 jusqu'à Rennes, puis voie express N12 en direction de Brest (à Rennes suivre la direction Brest). Après 135 km sur la N12 prendre la sortie Lannion - Côte de Granit Rose par la D 767. A Lannion suivre la direction centre-ville - gare SNCF. Face à la gare SNCF, suivre l'avenue du Général De Gaulle, jusqu'à l'Hôtel IBIS au n°30.

Parking à Lannion:

Possibilité de se garer dans la rue de l'hôtel ou parking gratuit et non surveillé derrière la gare.

Si vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour

- Hôtel** Ibis (1er hébergement du circuit), 30 Avenue du Général de Gaulle, tél. 02 96 37 03 67. Dans

ce cas, merci de bien vouloir préciser à l'hôtelier que vous faites partie du groupe.
Pour d'autres adresses, contacter l'Office de Tourisme de Lannion au 02 96 46 41 00.
www.ot-lannion.fr.

À voir à Lannion : le vieux centre, l'église de Brélévenez, le stade d'eaux-vives

Parking

Possibilité de se garer dans le parking gratuit de l'hôtel à Kéréroc pour tout le séjour. A la fin du séjour, un transfert de Paimpol vous ramènera à l'hôtel pour récupérer votre véhicule (arrivée à Kéréroc vers 10h30).

Arrivée en avion

EN AVION:

Aéroport de Lannion www.lannion.aeroport.fr. Vol Paris - Lannion avec Britair (franchise Air France) www.airfrance.com. Liaison bus avec la gare SNCF de Lannion en 20 mn. tél. : 02.96.05.93.93. Accès à l'hôtel IBIS : à pied (2 min). Depuis la gare SNCF, remonter l'Avenue du Général De Gaulle sur 150m. L'hôtel est au n°30 de cette même avenue.

DISPERSION

Fin du séjour à Paimpol après le petit-déjeuner, pour les participants en train (la gare de Paimpol se situe à 400m de l'hôtel). Transfert à Kéréroc pour les participants ayant laissé leur véhicule à l'hôtel du début. Fin du séjour vers 10h30 environ à Kéréroc.

NIVEAU

1 chaussure

Facile avec une journée de niveau modéré. 5 étapes de 10 à 18 km par jour, soit 4 h de marche en moyenne sans difficulté et peu de dénivellation.

HEBERGEMENT

En hôtels 3* et 2*, en chambre de 2 personnes. Pension complète avec pique-nique le midi.
- 4 nuitées dans un hôtel 3* à Kéréroc sur la commune de Pleumeur-Bodou, hôtel au calme dans un

cadre verdoyant.

Vous pourrez profiter de la piscine extérieure de l'hôtel (à partir du 15 juin). Chambres spacieuses et modernes.

- 2 nuitées dans un hôtel 2* à Paimpol. Hôtel chaleureux avec une vue imprenable sur le port de Paimpol. Chambre petite mais bénéficiant d'une belle vue sur le port.

PORTAGE DES BAGAGES

Portage d'un petit sac à armature souple et muni d'une ceinture ventrale, pendant les randonnées, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photos.

Bagages

L'ensemble de vos affaires doit être réparti dans deux sacs :

- 1 sac à dos 35/40 litres à armature souple et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de pluie, l'appareil photos ...
- 1 sac de voyage souple pour contenir les affaires à transporter d'étape en étape. Attention ! il ne doit pas dépasser 13 Kg.

GROUPE

15 personnes maximum.

ENCADREMENT

Un accompagnateur connaissant bien la Bretagne.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vos vêtements de marche : (la liste doit être adaptée en fonction de la saison)

- De bonnes chaussures de randonnée (semelles cramponnées, chaussures pas forcément montantes, mais dans lesquelles vous vous sentez bien et que vous avez déjà utilisées),
- Une paire de chaussures légères pour le soir (cela pourra être une paire de chaussures de sport qui pourra remplacer celle de randonnée en cas de douleurs aux pieds),
- Chaussettes de sport ou de randonnée,
- Pantalon de toile (séchage rapide),
- Short ou jupe,

- Pull ou veste polaire,
- Tee-shirts ou chemises légères,
- Une veste imperméable (type Goretex),
- Cape de pluie ou poncho (qui protégera aussi le sac à dos)
- Un chapeau et des lunettes de soleil,
- Un bonnet,
- Une paire de gants légers et un sur-pantalon imperméable (de l'automne au printemps),
- Un maillot de bain et une petite serviette de bain,
- Tenue de rechange confortable pour le soir.

Matériel divers :

- Paire de lunettes de soleil (toute saison),
- **Tupperware, couverts et gobelet pour le repas du midi**
- Crème de protection solaire,
- 1 ou 2 gourdes de 1 litre,
- Affaires de toilette,
- Petite pharmacie personnelle (désinfectant et pansements, crème protectrice pour les lèvres, bandes adhésives contre les ampoules, double peau type Compeed, vos médicaments habituels),
- Papier hygiénique, mouchoirs,
- 1 paire de lunettes de vue de rechange (ou des lentilles),
- 2 ou 3 sacs plastiques pour les restes des pique-niques,
- Lampe torche ou lampe frontale,
- 1 paire de jumelles pour la sortie sur les 7 Iles.

Autres équipements facultatifs : bâtons de marche (conseillé), appareil photos ...

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Du 31/03 au 27/10/2024 (dernier départ), à partir de 1025€/personne.

Options

Supplément chambre individuelle à partir de 235€

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en hôtels 2 et 3*, en chambre de 2 personnes en pension complète
- l'excursion aux Sept-îles et la traversée aller-retour pour l'île de Bréhat,
- les transferts de personnes et de bagages,
- l'encadrement par un accompagnateur connaissant bien la région.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le trajet aller-retour depuis votre domicile,
- les boissons,
- les visites,
- les assurances,
- le supplément chambre individuelle (en option).

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

Géographie : la côte de Granit Rose est située à l'ouest des Côtes d'Armor au nord de la Bretagne. La terre et la mer sont parsemées de rochers de granit rose aux formes découpées par le vent et les vagues depuis des millénaires, une côte émaillée d'îles et d'îlots, de criques et de plages, de pittoresques petits ports. Le patrimoine bâti est diversifié et discret : chapelles, mégalithes, oratoire, moulins à mer, phares... mais aussi antennes de télécommunications ! La végétation se compose d'une lande rase sur le littoral, ajoncs et bruyères, pins maritimes, hortensias, bois de feuillus...

Bibliographie

- « Bretagne est univers » de Ch. Le Quintrec - Ed. Signatures
- « Côtes d'Armor » Guides Gallimard
- « A la découverte des chapelles du Trégor » de P. Delestre - Ed. Coop Breizh
- « Le voyage à Paimpol » de D. Letessier - Ed. Poche (roman)
- Monographie Ouest-France : « Lannion », « La Côte de Granit rose » de L. C. Duchesne, « Ile de Bréhat » de A. Legrand, - --- « Les Oiseaux du bord de mer » de F. Duncombe
- « les Côtes d'Armor vues d'en haut » d'Arthus Bertrand - Ed. La Martinière (photographies).